

L'excès de poids

Éducation du patient et Éducation Thérapeutique du Patient (ETP)

Dorothee Demoigny | 12/12/2022

Le parcours initiatique de l'obésité ou de l'excès de poids chez un·e patient·e s'accompagne systématiquement d'une transformation intime, de la découverte de nouvelles valeurs et s'accompagne souvent de souffrance. Le critère de temps est nécessaire à l'initiation et à la maturation. Vous trouverez différents itinéraires pour accompagner votre patient·e dans ces quelques lignes non exhaustives.

Dorothee Demoigny, diététicienne agréée aux Cliniques Universitaires UCL Saint-Luc de Bruxelles et diététicienne indépendante

3. Éducation du patient et Éducation Thérapeutique du Patient (ETP) Méthode d'application dans le domaine de l'obésité ou comment cette approche peut apporter une réduction de la reprise pondérale ?

L'objectif de cet article n'est pas de démontrer l'efficacité de l'ETP dans le domaine des pathologies chroniques telles que l'obésité. Il existe des meta-analyses et des études randomisées comparant une prise en charge habituelle à un programme d'ETP. La littérature ne permet d'ailleurs de répondre ni à la question du contenu et à la définition des activités éducatives, ni à la question du type d'adaptation des programmes d'ETP en général, et en particulier dans les situations de polyopathologies dont fait partie l'obésité. Les durées de suivis étant limitées pour les patients, il n'existe pas de réponse claire à la question des types de dispositifs qui permettent aux patients de maintenir leurs compétences dans le temps. La littérature montre l'intérêt d'adapter au mieux l'ETP à chaque patient, mais dans le respect d'une démarche structurée et planifiée. Cet article sera centré sur les aspects de définition, les étapes de la démarche d'ETP, le contenu du programme d'ETP et son évaluation.

Qu'est-ce que l'ETP ?

La définition retenue par la [Haute Autorité de Santé \(HAS\) en 2007](#) et par l'[Organisation Mondiale de la Santé \(OMS\) en 1998](#) est :

« Elle vise à aider les patients à acquérir ou à maintenir les compétences dont ils ont besoin pour gérer au mieux leur vie avec leurs maladies chroniques. Elle fait partie intégrante et de façon permanente de la prise en charge du patient. Elle comprend des activités organisées, y compris un soutien psycho social, conçu pour rendre les patients conscients et informés de leur maladie. Des soins, de l'organisation et des procédures hospitalières ainsi que des

comportements liés à la santé et à la maladie. Ceci a pour but de les aider, ainsi que leurs familles, à comprendre leur maladie et leurs traitements, collaborer ensemble et assurer leur responsabilité dans leur propre prise en charge, dans le but de les aider à maintenir et améliorer leur qualité de vie ».

Les finalités de l'ETP sont l'acquisition et le maintien par le patient de compétences d'auto-soins et l'acquisition de compétences d'adaptation. Contrairement aux idées reçues, l'ETP se distingue d'une information orale ou écrite telle qu'un conseil, un message de prévention, ou encore une consultation ou un acte de soins. Il s'agit d'une participation du patient à la prise de décision.

Pour qui ?

Plusieurs types de populations peuvent être concernés par l'ETP : les enfants et leurs parents, les adolescents, les adultes ayant une maladie chronique quel que soit leur âge, le type ou le stade d'évolution de la maladie.

Par qui ?

Différents niveaux d'interventions dans la démarche d'ETP sont possibles pour les professionnels de la santé et nécessite une coordination et une transmission d'information. Il est donc préférable et recommandé qu'il soit mis en œuvre par des professionnels de santé formés à la démarche de l'ETP, aux techniques de communication et aux techniques pédagogiques qui permettent d'aider le patient à acquérir des compétences d'auto-soins et d'adaptation, au travail en équipe et à la coordination des actions.

En résumé, l'ETP répond aux aspects suivants :

- Pour qui ? Pour les patients atteints de maladies chroniques.
- Par qui ? Par des soignants (infirmier, diététicien, kinésithérapeute, médecin, etc.) idéalement formés à l'ETP et faisant partie de l'équipe pluridisciplinaire en charge du patient.
- Pourquoi ? Pour rendre le soin efficace et sûr.
- Comment ? En rendant le patient acteur, voire auteur de son propre traitement, c'est-à-dire en ne se limitant pas uniquement à la transmission, voire « à l'instruction », et en adaptant la prise en charge « à l'avis du patient ». L'ETP doit prendre en compte les facteurs sociaux, environnementaux et personnels qui interagissent sur leurs maladies chroniques pour répondre au mieux aux besoins.

L'ETP en pratique et l'application à l'obésité ?

Il s'agit d'élaborer un diagnostic éducatif, de définir un programme personnel, de planifier et de mettre en œuvre des séances d'ETP individuelles ou collectives en alternance, de réaliser une auto-évaluation des compétences acquises, tout au long du déroulement du programme.

Il existe un organigramme structurant la prise en charge, via l'ETP, d'un patient dont la maladie chronique a été diagnostiquée. On peut retrouver ce dernier dans le Guide méthodologique de juin 2007 de la HAS et de l'Institut National de Prévention et d'Education pour la Santé (INPES) « [Structuration d'un programme d'éducation thérapeutique du patient dans le champ des maladies chroniques](#) » (page 16).

En conclusion, l'obésité nécessite une prise en charge multidisciplinaire sur le long terme associant très souvent une approche cognitivo-comportementale à des enseignements diététiques et de l'activité physique afin d'éviter la reprise pondérale. La prise en charge de l'obésité appelle des solutions nouvelles pour aider les patients à vivre au mieux avec la maladie. L'ETP offre des perspectives originales en situant l'être humain, dans toute sa complexité, au cœur des préoccupations de l'équipe soignante.

Bibliographie

Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail. (2021). *Régimes amaigrissants : entretien*. Retrieved from <https://www.anses.fr/fr/content/r%C3%A9gimes-amaigrissants-entretien>

Colin, J.-J., Karsenti, N. (2018). *Le plaisir de manger moins avec la pleine conscience. Programme en 9 semaines – 19 exercices audio*. Dunod.

Dessé, C. (2021). *Création d'une consultation d'éducation diététique afin d'augmenter les connaissances diététiques du patient en parcours préopératoire de chirurgie bariatrique* (Travail de fin d'études). Haute Ecole Léonard de Vinci, Woluwe.

Gaillard, S., Barthassat, V., Pataky, Z., Golay, A. (2011). Un nouveau programme d'éducation thérapeutique pour les patients obèses. *Revue Médicale Suisse*, 7, 695-699. Retrieved from https://www.revmed.ch/view/510050/4179717/RMS_288_695.pdf

Garcia, S. (2022). *Alimentation intuitive et alimentation consciente : quelle différence ?* Présenté dans le webinaire du GROS du 05 mai.

Gravel, K. (2021). *De la Culture des diètes à l'alimentation intuitive : réflexions pour manger en paix et apprécier ses cuisses*. KO éditions.

Groupe de Réflexion sur l'Obésité et le Surpoids. (2020, novembre). *Congrès 2020 : Alimentation intuitive, peut-on éviter le piège du contrôle ?*

Groupe de Travail «Évaluation des risques liés à la pratique de régimes à visée amaigrissante ». (2010). *Évaluation des risques liés aux pratiques alimentaires d'amaigrissement. Rapport d'expertise collective*. Anses. Retrieved from <https://www.anses.fr/fr/system/files/NUT2009sa0099Ra.pdf>

Groupe de Travail de l'O.M.S. (1998). *Education Thérapeutique du Patient. Programmes de formation continue pour professionnels de soins dans le domaine de la prévention des maladies chroniques*. Organisation Mondiale de la Santé.

Pauchet-Traversat, A.-F. (2007). *Guide méthodologique. Structuration d'un programme d'éducation thérapeutique du patient dans le champ des maladies chroniques*. Haute Autorité de santé.

Pétre, B., Ziegler, O., Guillaume, M. (2019). Éducation thérapeutique du patient obèse en Belgique : contributions du projet EDUDORA. *Métabolisme. Vaisseaux, Cœur, Poumons*, 24 (3), 20-24. Retrieved from <https://orbi.uliege.be/bitstream/2268/243537/1/EDUDORA%20revue%20VCP%202019%20FR.pdf>

Ritz, P., Hanaire, H., Estrade, A. (2013). *Classeur pédagogique d'un programme d'éducation thérapeutique de proximité pour les patients obèses (OBEPROX)*. Centre Intégré de l'Obésité Midi-Pyrénées.

Tribole, E. (2021). *Intuitive Eating for Every Day: 365 Daily Practices & Inspirations to Rediscover the Pleasures of Eating*. San Francisco : Chronicle Prism.

Tribole, E., Resch, E., Huber, H. (2020). *Alimentation intuitive, une approche anti-régime révolutionnaire* (4^{ème} éd.). Blackstone Publishing.